

DZIAŁALNOŚĆ KLUBU SZKOŁY HUMANITARNEJ



To tylko niektórzy członkowie Klubu

Humanitarny (fr. *humanitaire* z łc. *humanitas* 'człowieczeństwo') *społ.* czyniony dla dobra ludzi, niosący im pomoc w trudnej sytuacji, mający na celu dobro człowieka, poszanowanie jego praw i godności oraz oszczędzenie mu cierpienia; też: mający na celu dobro zwierząt»

Edukacja globalna pomaga zrozumieć zależności pomiędzy życiem własnym i innych ludzi na całym świecie w stale zmieniającej się globalnej i wielokulturowej społeczności.

Dlaczego ważna jest edukacja globalna?

Ponieważ niezależnie od tego, gdzie mieszkamy, wszyscy ludzie na świecie zależymy od siebie na wiele sposobów. To, jak żyjemy, co kupujemy ma wpływ na pracę i życie ludzi na świecie. To są właśnie globalne współzależności. A to, że o tym czytacie to edukacja globalna.

„Czy pomyślałeś kiedyś, że nie możesz wyjść rano do szkoły bez bycia zależnym od większości świata? Skąd wzięła się gąbka? Jakim cudem trafił na twój stół bananowy jogurt? Skąd pochodzi kawa w kubku mam? I zanim skończysz śniadanie, już zależałeś od połowy świata”. To słowa M. L. Kinga.

Członkowie Klubu postanowili zająć się rolą chleba w życiu człowieka. Dlaczego? Gdyż każdy człowiek ma prawo do godnego życia, a jednym z warunków takiego życia jest pożywienie. Nazwaliśmy nasz projekt: „Nasz bohater chleb”. W związku z realizacją projektu wasi wychowawcy przeprowadzili z wami lekcję „Złota rybka i prawo do rozwoju”. Również wychowawcy klas młodszych zrealizowali z dziećmi zajęcia „**Globalne współzależności**” (1a,1b,1c, 2a,2b,2c). Klasy 3. realizowały scenariusz „**Jak być dobrą czarodziejką?**”. To cudowny przykład na to, że możemy spełniać marzenia biednych ludzi. Na lekcji religii uczniowie klas starszych poznali „**Symbolikę chleba w religii**”, a na przyrodzie nauczyciele przypomnieli „**Jak prawidłowo się odżywiać?**”.

Niezwykłym przeżyciem dla członków Klubu było przeprowadzenie lekcji dla klas 3. „**Nasz bohater chleb**”, której celem było zapoznanie uczniów z historią chleba, tradycjami i

obrzędami związanymi z chlebem. Oto, co napisali później: „ Weszliśmy do klasy, aby uczniom przekazać historię o chlebie. Lekcja przebiegała zgodnie z planem. Przeczytaliśmy tekst o chlebie. Tekst czytaliśmy na zmianę. Następnie uczniowie czytali wiersz. Dla odważnych była nagroda w postaci krówki. Niestety nie starczyło nam czasu na przeprowadzenie zabawy ruchowej w ciągu tej lekcji. Mimo to dzieci były zadowolone i MY TEŻ”.(Ulka 4c) „ 16 grudnia 2010 roku grupą dzieci z Klubu Szkoły Humanitarnej odwiedziliśmy klasę III a. Zadaniem naszym było przygotowanie i prowadzenie lekcji na temat historii chleba. Okazało się, że zadanie to nie było wcale takie łatwe jak się mogło na początku wydawać. Doświadczenie to pozwoliło nam przekonać się jak trudnym zawodem jest zawód nauczyciela. (Weronika N. 4c).



Wywiady

Zrobiliśmy dużo więcej. Przeprowadziliśmy wywiad z panią kucharką, która pełni niezwykle ważną rolę w prawidłowym odżywianiu dzieci. A że jedzenie w naszej stołówce jest nie tylko zdrowe, ale i pyszne, może potwierdzić każdy, kto choć raz gościł na szkolnym obiedzie.

Oto wywiad z panią kucharką Haliną Szmyt, z którą rozmawiał Nikodem Dreczka z 4 c.

N.D. – Ile lat pracuje pani w szkole i karmi dzieci?

H. Sz. – Pracuję już 17 lat.

N.D. – Jakie posiłki pani przygotowuje?

- H. SZ.- Zależy nam, aby to, co jedzą dzieci było zdrowe i pożywne. Staramy się urozmaicić dania. Posiłki przygotowuję w kolejności dekadowej, żadna potrawa nie może zbyt szybko powtórzyć się.
- N. D. - Jakie choroby są związane z niedożywieniem?
- H. SZ. – Anemia, niewłaściwa waga, brak witamin.
- N. D.- Jak często powinno się jadać słodczy?
- H. Sz. – Raz w tygodniu.
- N. D. – A jaką czekoladę pani poleca?
- H. Sz. – Gorzką. Jest pyszna.
- N. D. – Jakie napoje są najzdrowsze?
- H. Sz.- Kompoty naturalne, soki owocowo- warzywne.
- N. D. – Czy ktoś kontroluje pani pracę?
- H. Sz. – Tak, Sanepid. Dlatego zawsze mamy próbki posiłków, które można zbadać.
- N. D. - Dziękuję pani bardzo i życzę zadowolenia z pracy. Pani współpracowniczkom również.

Wywiad z lekarzem pediatrą Anną Mehl o żywieniu dzieci w szkole podstawowej przygotowany przez Ulkę Kowalską

- U. - Co to znaczy, że dziecko powinno się dobrze odżywiać?
- A. M. - Każde dziecko poczynszy już od noworodka powinno mieć dostarczone w pożywieniu niezbędne składniki potrzebne do prawidłowego rozwoju fizycznego i umysłowego.
- U. - Jak powinny odżywiać się dzieci w wieku szkolnym?
- A. M. - Dzieci powinny mieć 5 posiłków dziennie w odstępach 3-4 godz.
- U. - Co to znaczy 5 posiłków dziennie?
- A. M. - 5 posiłków dziennie to znaczy: pierwsze śniadanie, drugie śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja.
- U. - Co powinno być na talerzu dziecka podczas tych posiłków?
- A. M. - 1 śniadanie to jest najważniejszy posiłek w ciągu dnia. Żadne dziecko nie powinno wyjść do szkoły bez śniadania. Na talerzu powinny być węglowodany złożone: pieczywo, płatki zbożowe również białka potrzebne do wzrostu np. wędliny, jogurt, twarożek..Koniecznie też owoce i warzywa.
- Drugie śniadanie -najwygodniej kanapka z serem lub szynką z dodatkiem sałaty lub pomidora. dziecko powinno do szkoły zabrać też coś do picia np. wodę mineralną.
- Obiad to najobfitszy posiłek w ciągu dnia. Powinien zawierać odpowiednie ilości węglowodanów, białek i tłuszczu. Najlepiej jak składa się z 2 dań. Z kolei podwieczorek to lekki posiłek składający się najlepiej z produktów mlecznych dostarczających wapnia i białka np. budyń, jogurt.
- Kolacja jadana najpóźniej 2 godz. przed snem powinna być lekkostrawna i nie obfita . dziecko powinno do szkoły zabrać też coś do picia np. woda mineralna.
- U. - Co się stanie dziecku gdy nie przestrzega tych zasad?
- A. M. - Jeżeli dziecko nie jada regularnie posiłków i przerwy między nimi są zbyt długie, częściej niż inni odczuwa bóle głowy, brzuszka, nie uważa na lekcjach, gorzej się uczy, są słabsi na w- f.
- U. - Czego jeszcze dzieci powinny unikać w żywieniu?
- A.M. - Dzieci nie powinny dojadać i kupować sobie w sklepiku słodczy, chipsów, coli, zapiekaneł itp.



Nasz niestrudzony redaktor Nikodem rozmawiał również z panią Grażynką z piekarni SaiSa o naszym bohaterze chlebie.

- Z czego powstaje chleb?
- Chleb powstaje z ziarna pszenicy, żyta i wielu innych składników.
- Czy zboże od razu trafia do piekarni?
- Nie. Zanim trafi do piekarza, przemierza drogę do młyna, tam jest przemiał zboża ma mąkę.
- Jakiego typu mąkajest potrzebna do chleba, a jaka do bułek?
- Do chleba jest potrzebna mąka typu 750, a do bułek 500. Ale to długa historia.
- Jakie produkty są niezbędne do powstania ciasta?
- Głównie sól, drożdże, woda, kwas zrobiony z mąki żytniej typ 720 i mąka.
- A jak „rodzi się” chleb?
- Ciasto jest dzielone na kęsy, potem formuje się kulki, następnie wałeczki, które wędrują do koszyczków. Z kolei idą do rozrostowni, gdzie poddawane są wyrośnięciu. Gdy będą odpowiednio duże, wędrują do pieca. Piec też musi mieć odpowiednia temperaturę, zależy co jest wypiekane. I jaką ma wagę. Np. chleb pszenno- żytni waga 700 g. temp. 230 stopni, czas 35 minut. Bułka waga 0,10 g. temp. 250 stopni, czas 15 minut.
- Jak długo pracuje pani w piekarni?
- 15 lat.
- Lubi pani swoją pracę?
- Tak, chociaż jest ciężka.
- Dziękuję.

Polski chleb

Trochę wody, mąki, jajko
deko drożdży, szczypta soli
i już chlebek w piecu rośnie
będzie pyszny, jedz do woli.



Polski chleb to smak i zdrowie
czy z południa , czy z północy
każdy Polak wie, co robi
je więc chleb, by nabrać mocy.

Czy na miodzie czy też z pestką
ciemny, jasny czy mieszany
wybór mamy bardzo wielki,
więc na chlebek zapraszamy.

Piotr Płoński

Historia chleba

Chleb jest jednym z najstarszych pożywień człowieka. Jego historia sięga neolitu (ok. 5500-2300 lat p.n.e.). Pierwszy chleb prawdopodobnie był ugotowaną wersją zbożowej pasty, przygotowanej na bazie zboża lub kaszy zmieszanej z wodą. Być może było to wynikiem przypadku lub eksperymentu z udziałem mąki i wody.

Pierwszy chleb był często robiony z różnych rodzajów zbóż, także z ziaren trawy. Miał zazwyczaj okrągły i płaski kształt. Pieczony był w popiele, potem na bardzo rozgrzanych kamieniach, a z czasem na rusztach i blachach. Takie chlebowe placki były robione wszędzie tam, gdzie był dostęp do zboża i wody.

Najstarszy znaleziony chleb pochodzi z Krety. Wykorzystując możliwość datowania węglem radioaktywnym C14 wiek chleba określono na 6100 lat.

Płaski chleb z użyciem zakwasu robiono także w starożytnym Rzymie i Grecji. W samym Rzymie za Oktawiana Augusta funkcjonowało ok. 300 piekarni, piekących już najróżniejsze rodzaje chleba i ciasteczek. Popularność chleba w starożytności była tak ogromna, że nabrał on już wówczas znaczenia liturgicznego i symbolicznego. W Grecji chleb był składany w ofierze bogom.

Religijny wymiar symbolu chleba utrzymywał się przez wieki w różnych kulturach aż do dziś. Obecnie chleb jest ważnym symbolem chrześcijańskim, towarzyszącym każdej katolickiej mszy. Warto tu nadmienić, że pierwszy chrześcijański chleb był jęczmienny i jadano go tylko w ramach pokuty, lub kary sądowej.

Przez całe wieki receptura chleba nie ulegała większym zmianom. Chleb był pieczony w formie dużych bochnów, które miały starzczać na długo. Jednak to powodowało, że po pewnym czasie twardniał i nie był smaczny. Rewolucyjne zmiany w tej kwestii nastąpiły dopiero po 1912 roku, kiedy Otto Frederick Rohwedder wynalazł maszynę do krojenia chleba, jednak chleb krojony szybko tracił na świeżości, więc przemysłowiec zrezygnował ze swego przedsięwzięcia. Do pomysłu powrócił w 1928 roku, kiedy przybył na stałe do U.S.A. Uruchomił tam linię produkcyjną, która kroić chleb a następnie natychmiast szczelnie go pakowała. Pierwsza taka maszyna ruszyła w Battle Creek (Michigan). Sposób krojenia i pakowania chleba jest praktykowany do dziś.

Chleb jest podstawą żywienia każdego obywatela a jego symbolika jest głęboko zakorzeniona w religii katolickiej. Do dziś wielu ludzi, zanim napocznie nowy bochenek chleba, czyni nad nim znak

krzyża. Chleba używany jest podczas mszy i innych uroczystości kościelnych. Wielki okrągły kołacz jest ważnym symbolem podczas przyjęcia weselnego. Chlebem i solą wita się zarówno pannę i pana młodego, jak i przybyłych. Pod żadnym pozorem nie wolno było chleba marnować, aby nie ściągnąć gniewu bożego. Znane powiedzenie mówi: Jak ludzie chleb marnują, Bóg pokarze- będzie głód. Jak wyrzucają jedzenie – będzie wojna”.

Rusz głową

Odczytaj na podstawie podanych wyrazów nazwy różnych rodzajów pieczywa . Napisz je obok.

maluch lebioda Michał kalafiory

Istambuł kino obraz owieczka

Przysłowia o chlebie

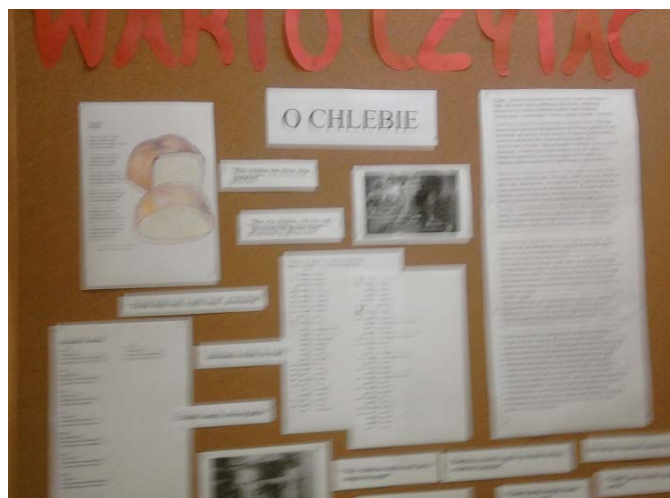
„Bez pracy nie ma kołaczy”.

„ Biedna to kraina, gdzie chleb się kończy, a kamień zaczyna”.

„Gdzie chleb i woda- nie ma głoda”.

„Ciężko pracować trzeba na kawałek chleba”.

Ciekawe informacje o chlebie przygotowały też panie z biblioteki prezentując je na gazetce.



To nie koniec działalności Klubu. Czytajcie o Nas w dalszych numerach Pinezki i oglądajcie nasze gazetki na holu. Dowiedcie się z ich o skali głodu na świecie. Pozdrawiamy.